

«У Т В Е Р Ж Д Е Н О»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

« ___ » _____ 2023 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата : 02 11 2023 г

Возрастная категория: 2-3 года, 3-7 лет.

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов, 5 дней.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года	3-7 лет
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	180	207,6	289,6
	Какао с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	40	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Груши	60	80	26,5	32,8
Итого за завтрак:				407,53	543,14
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Борщ сибирский с мясом	150	180	80,22	102,5
	Биточки рыбные соус	60	80	82,6	105,12
	Картофельное пюре	110	130	116	120,3
	С-т из квашеной капусты с кукурузой	20	30	57	82,5
	Компот из изюма	150	180	68,1	81,72
	Хлеб рж-пш	47	47	45,6	65,92
Итого за обед:				449,52	558,06
Полдник	Ряженка	160	190	104,53	122,51
	Булочка	40	60	157,2	185,2
Итого за полдник:				261,73	307,71
Ужин					
	Жаркое по домашнему	150	180	300,6	320,2
	Чай	200	200	34,6	401
	Хлеб пшеничный	47	47	48,64	65,5
Итого за ужин:				383,84	786,7
Итого за день:				1,511,58	2,000,60